

# «Letztes Jahr konnten wir eine Integrationsquote von über 50% erzielen – das ist überdurchschnittlich»

Mit MOVE unterstützt die Stiftung Zukunft Thurgau Langzeitarbeitslose und Sozialhilfebezüger\*innen. Und hat kürzlich das neue Angebot MIND4WORK lanciert. Interview: Fabio Müller

*Du verantwortest mit dem Bereich MOVE das Angebot für Langzeitarbeitslose und Sozialhilfebezüger\*innen. Wo liegen eure Schwerpunkte?*

**Achim Jungclaus:** Langzeitarbeitslose und Sozialhilfeempfänger\*innen sind oft stigmatisiert. Man traut ihnen wenig zu. Das ist nicht richtig. Wir erleben viele Personen sehr wohl als arbeitswillig.

Unsere Aufgabe ist herauszufinden, welche Kompetenzen diese Personen bereits mitbringen oder wo sie ansetzen müssen. Wenn sie feststellen, dass wir an sie glauben, motiviert sie das und einige davon wachsen über sich hinaus. Es gilt dann den entsprechenden Arbeitgeber zu finden, wo sie zeigen können, was in ihnen steckt.

Zum Glück gibt es auch immer wieder Firmen, welche diesen Menschen eine zweite Chance geben. Nicht immer glückt es nachhaltig. Letztes Jahr konnten wir jedoch eine Integrationsquote von über 50% erzielen. Das war überdurchschnittlich hoch.

*Wie profitieren die Teilnehmenden von dieser Dienstleistung?*

Wir begegnen den Leistungsempfänger\*innen auf Augenhöhe. In regelmässigen Coachings erörtern wir ihre Stärken, bauen sie auf, spiegeln sie in ihren Wahrnehmungen und klären, welche Tätigkeit gut zu ihnen passt. Wir kümmern uns auch ums Bewerbungsdossier. Über Praktika und Schnuppereinsätze lernen sie, ihre Kompetenzen einzusetzen oder zu erweitern. Oft ist dies eine gute Referenz für die bezahlte Anschlussmöglichkeit.

*Du bist auch als zertifizierter Trainer für Mindfulness in Organisation unterwegs. Was bedeutet das genau?*

Ich arbeite seit über 10 Jahren in der Arbeitsintegration. Da habe ich viele dramatische Geschichten von Menschen gehört, welche zu einem Arbeitsverlust geführt haben, und mir oft die Frage gestellt: «Hätte man das nicht früher abwenden/erkennen können?» Mit Mindfulness, zu Deutsch Achtsamkeit, gelingt es besser, Beobachter von uns selbst zu sein. Wir werden uns bewusst, was uns guttut oder eben nicht und lernen entsprechende «Gegenmittel» zu ergreifen.

*Welchen Gewinn haben Firmen, wenn sie an einem Mindfulness-Workshop teilnehmen?*

Der Gewinn liegt nicht bei den Firmen alleine. In erster Linie gewinnen die Mitarbeitenden. Wenn diese fokussierter, zufriedener, kreativer und mitfühlender sind, profitieren letztlich alle davon: Der Arbeitgeber, das Team, das Umfeld und eben der Mitarbeitende selbst. Es entsteht wirklich eine Win-Win-Situation. Zum Glück ist das Feld heutzutage gut erforscht und viele namhafte Firmen, insbesondere in den USA, nutzen dieses Potenzial. Auf [www.mind4work.ch](http://www.mind4work.ch) kann man mehr über das Thema erfahren und Workshops buchen.

*Welches ist der grösste Stressfaktor unserer Zeit?*

Untersuchungen zeigen, dass die Digitalisierung unzufriedener macht und die digitale Transformation die Komplexität für viele Mitarbeitenden erhöht. Das ist auch mit Ängsten verbunden. Da kann man sich schon «digital abgehängt» fühlen. Ein achtsamer Umgang ist in diesem Umfeld damit noch wichtiger geworden. Wobei Stress nicht per se schlecht sein muss; er lässt uns auch wachsen. Mir gefällt hier der Ansatz von Kelly McGonigal in ihrem Buch «Glücksfaktor Stress». Betrachte Stress nicht als eine Situation, die Angst macht, sondern siehe es als Herausforderung/Challenge. Es ist oft eine Frage des richtigen Mindset.



Achim Jungclaus arbeitet seit 2011 für die Stiftung Zukunft Thurgau. Er ist verantwortlich für den Bereich MOVE und das Angebot MIND4WORK, das 2022 startete.

**«Stress ist nicht per se schlecht; er lässt uns auch wachsen.»**



Mehr Erfolg durch Mindfulness. Das Thema Achtsamkeit ist in vielen Führungsetagen angekommen. Und das ist gut so.

Mehr Infos: [www.mind4work.ch](http://www.mind4work.ch)